

4月給食だより



平成31年 4月
袖ヶ浦市立学校給食センター
Tel 0438-62-5822



ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新年度が始まりました。それぞれ希望に胸を膨らませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。今年度も、成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。

<p>給食の約束</p> <p>みんなで楽しく食べるため、一人ひとりが意識して取り組みましょう。</p>	<p>給食の前に手をきれいに洗う</p>	<p>協力して準備を行う</p>	<p>あいさつをきちんとする</p>
<p>姿勢を正しくし、よくかんで食べる</p>	<p>汚い話や気持ちの悪い話をしない</p>	<p>決められた時間内に食べ終える</p>	<p>食器は大切に使う</p>



袖ヶ浦市の学校給食

- 給食形態 週5回の完全給食 (お弁当の日は牛乳のみ)
- 調理方式 共同調理場方式 民間委託会社により調理を行い各学校へ配送
牛乳、パンは委託加工会社から直接学校に納入
- 給食人数 小学校8校 (分校含む) 約3600人
中学校5校 (給食センター職員含む) 約1800人 平成31年4月19日現在
- 給食費 小学校月額 保護者負担 3,900円
中学校月額 保護者負担 4,650円
- お弁当の日 主に第3日曜日 (家庭の日) の週の火曜日に実施
(平成31年度は5・10・11・12・1・2月に実施予定)



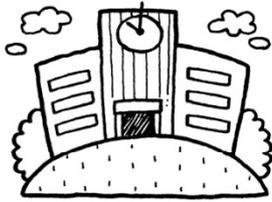
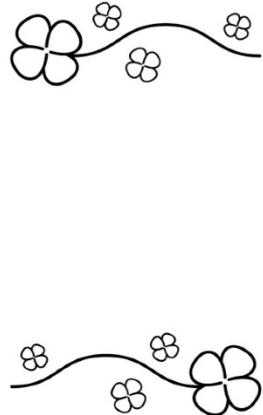
お弁当の日は、平成13年4月から、児童生徒、保護者が「食」を考えてもらう日として、気温の高い時期等を避け、月に1回実施されています。

～お弁当の日の目的～

- ① おうちの人が作ったお弁当を食べることで、心のふれあい、きずなを深めることができます。
- ② お弁当の会話をしながら、家族のコミュニケーションを深めることができます。
- ③ 学校での食事に変化があり、教室以外の場所で楽しいお弁当の時間を過ごすことができます。
- ④ お弁当を生きた教材として、自分の健康や食生活を考えるきっかけになります。



がっ こう きゅう しょく もく ひょう
学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	



児童または生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準

(学校給食実施基準 平成30年8月1日一部改正より)

区分	基準値			
	児童			生徒
	6～7歳	8～9歳	10～11歳	12～14歳
エネルギー (kcal)	530	650	780	830
たんぱく質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13%～20%			
脂質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%			
ナトリウム(食塩相当量) (g)	2未満	2未満	2.5未満	2.5未満
カルシウム (mg)	290	350	360	450
マグネシウム (mg)	40	50	70	120
鉄 (mg)	2.5	3	4	4
ビタミンA (μg RAE)	170	200	240	300
ビタミンB ₁ (mg)	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミンB ₂ (mg)	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンC (mg)	20	20	25	30
食物繊維 (g)	4以上	5以上	5以上	6.5以上